

優質教育基金
(適用於不超過200,000 元的撥款申請)
乙部 - - - 計劃書(修訂版)

計劃名稱 生命彩虹：堅毅自強「好心情@學校」微型計劃	計劃編號 2017/0992 (由「網上計劃管理系統」編配)
--	---

基本資料

學校／機構／個人名稱：香港基督少年軍臻訓中心 (協作學校：坪石天主教小學)

受惠對象

- (a) 界別: 幼稚園 小學 中學 特殊教育 (請剔選, 可剔選一項或多項)
- (b) 學生: 約600人 (人數)* 及 一至六年級 (級別/年齡)*
- (c) 老師: 約45人 (人數)*
- (d) 家長: 約40人 _____ (人數)*
- (e) 參與學校(不包括申請學校): _____ (數目及類型)*
- (f) 其他(請列明): _____

計劃書

(I) 計劃需要

- (a) 請簡要說明計劃的目標, 並詳述建議計劃如何影響學校發展。
(例如: 透過講故事、唱歌和話劇, 增加幼稚園學童對閱讀的興趣。)
 - 1) 通過堅毅力培訓, 轉化學生成長中的負面經驗及情緒, 以至提升學生的自我效能感, 從而建立學生的正面思維;
 - 2) 通過對老師的專業支援, 提升老師對「經驗學習法」的瞭解和掌握, 從而強化他們支援學生主動學習的能力和信心;
 - 3) 通過對家長的講解和支援, 協助家長應對自身所受的壓力, 同時加強與學校協作和溝通, 從而加強全面回應子女情緒需要的能力。

- (b) (i) 請表明學校的需要及優先發展項目。
(請剔選適當空格, 可剔選一項或多項)
 - 提升學與教, 以促進學生在科目/學習範圍/共通能力發展上的知識
 - 促進學生的社交和情感發展
 - 促進學校管理/領導, 以及老師的專業發展/健康
 - 其他(請列明) _____
- (ii) 請提供相關的背景資料以論證(b)(i)中所提及的需要。
 - 學校發展計劃: 學校於2018至2019重點發展正向教育, 幫助同學了解自己的性格強項和如何運用自己的強項, 提升同學面對逆境的能力。
 - 調查結果:
 - 文獻研究綜述: 香港青少年精神健康問題普遍, 高達11.32%為青少年患有臨床診斷標準的精神健康問題(例如: 抑鬱症和焦慮症)(Lam et al, 2015)。去年作過相關的調查, 結果發現, 52.8%小學生曾有尋死念頭, 40.1%小學生覺得未來漆黑一片, 更有約50%小學生覺得與其他人關係疏離, 自己不存在, 身邊的人會更開心。以往研究顯示自尊、自我效能感、積極情緒、積極的壓力和情緒應對策略與低抑鬱水平有顯著的關係(Brown et al, 1986; Gerber et al, 2013; Muris, 2002)。有研究指

出個人素質、正面運用時間、家庭因素和學校因素等方面均是提升學生抗逆力的重要介入方向 (McMillan J.H., 1994)。

- 學生表現評估: 本校的學生大都來基層家庭，清貧學生較多。在支援方面，本校會為他們提供功課功輔班。另外，本校有很多的插班生及新移民，校方協助他們認識社區，認識校內的師生；了解插班生的適應情況，建立學生對學校的歸屬感，插班生盡快適應校園生活。
- 相關經驗: 本會專門為青少年人提供多元化全人成長訓練，以提升青少年的技能及領導才能，從而建立他們的自我效能感、自尊及自信。本會近年推動家長工作，通過各類家長講座、工作坊、親子活動等，有效提升家長作為支持及鼓勵子女全人成長的動力。

其他(請列明) _____

- (c) 請詳述如何以創新的意念或實踐方法來提升、調適、配合及/或補足學校現行的做法，以促進學校發展，滿足其獨特需要。
 「生命彩虹：關愛守望」以體驗式學習為理念，讓學生、家長和老師等持分者透過新穎和有趣的活動，建立關愛和互相支持的文化。

(II) 計劃可行性

- (a) 請描述計劃的設計，包括：

- (i) 方式／設計／活動(申請人宜提供計劃/活動的安排，或提供教學的內容。)

本計劃期望不同的持份者可以透過不同活動而影響其思維方式和方向，發揮正面的思維力量。學生方面，透過營會及小組活動為學生輸入正面思維的信念，提升學生的堅毅能力。通過工作坊和高空繩網活動挑戰，提升老師對「經驗學習法」的瞭解和掌握，從而強化他們支援學生主動學習的能力和信心，提升老師正面處理學生行為的能力。

- (ii) 主要推行詳情

計劃時期:12月／2018年至11月／2019年

月份／年份	內容／活動／節目	受惠對象／參與者
12/2019	學校聯繫及籌備會議	學校社工及德育組老師
1/2019-3/2019	<p>活動名稱：教師培訓工作坊 日期：1/2019-3/2019（最少6小時） 具體內容及預期學習成果： 全校老師上午一起參與以建立團隊為目標的歷奇活動，並以4F理論為基礎，讓大部份首次參與類似工作坊的老師在反思活動過程時對人對事發現新知。下午的繩網活動則涉及突破限制、團隊合作，以及情緒和感受的應對。最後以回顧和講解相關理論作結，讓老師日後在班主任課等非學科課習應用所學，加強師生間情緒上的正面交流，並掌握相關技巧以識別抗逆力較低的學生，並回應他們在心理、情緒和發展方面的需要。</p> <p>負責人員：兼職計劃統籌員（活動統籌及推行） 專業導師：臨床心理學家或社工資歷</p>	全校老師約45人

1/2019-5/2019	<p>活動名稱：彩虹日營</p> <p>日期：1/2019-5/2019（1天，6小時）</p> <p>具體內容及預期學習成果：</p> <p>日營訓練以關愛和互助為目標，幫助同學一同建立友愛的關係，讓他們知道同學也是自己的同行者，學懂與他人分享自己更多。並提升他們的精神健康及建立求助文化。</p> <p>同時，老師們以上述工作坊中所學的4F形式，幫助學生把經歷鞏固為有用的經驗，日後在校園生活中應用所學。</p> <p>日營內容：上午為團隊建立活動以及野外定向挑戰；下午為繩網挑戰及解難活動。</p> <p>負責人員：兼職計劃統籌員（活動統籌及推行）</p> <p>主教練：持有相關歷奇教練及繩網教練證書以及兩年或以上的工作經驗</p>	3年級約100學生參加
1/2019-6/2019	<p>活動名稱：開心彩虹課</p> <p>日期：1/2019-6/2019（全學年共64次，每次1小時）</p> <p>具體內容及預期學習成果：</p> <p>「開心彩虹課」在全年為一至六年級學生共開64節，透過四大主題的體驗學習活動，除了讓學生可以達到全人發展外，期望透過各項活動負責人的解說，學生可以作回顧以及反思的學習包括</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 自我學習：給自己正面的評價； 2. 欣賞別人：給朋輩正面的讚賞； 3. 與人分享：在校內週會中分享學習心得（例如在小小話劇場中，活動負責人將透過解說和指導學生在學習日誌中填寫活動回顧：1. 自我學習：例：對自己能背熟台詞給予正面評價；2. 欣賞別人：例：欣賞害羞的同學能在台前表現；3. 與人分享：自己如何背熟台詞的成功經驗。） <p>所以好好學習 Fun 紛分不是單單四項興趣學習，更是正面思維的建立。</p> <p>開心彩虹課內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> I. 興趣：非洲鼓、百變扭氣球、繩藝精品；預期學習成果：透過不同興趣活動提升同學的能力感，以及對不同事物的學習興趣 II. 人際：流動歷奇挑戰、Pictionary 畫畫學溝通、小小話劇場；預期學習成果：透過各項人際活動提升同學的溝通能力、表達能力、協作能力，以建立團隊精神 III. 運動：健球、閃避球、校園定向；預期學習成果：透過各項運動提升同學對運動的樂趣，鼓勵同學建立健康的生活模式 IV. 大自然：組合盆栽、環保小手工創作；預期學習成果：透過欣賞大自然，認識大自然，珍惜大自然等體驗活動，鼓勵同學留意身邊的事物，培養感恩的心。 	一至六年級學生

	<p>導師將按不同級別學生的能力，調節合適的內容。</p> <p>小一：自我學習：給自己正面的評價</p> <p>小二至小三：欣賞別人：給朋輩正面的讚賞</p> <p>小四至小五：與人分享：與同學分享學習心得</p> <p>小六：正面思維：留意身邊事物，培養感恩之心</p> <p>負責人員：兼職計劃統籌員（統籌及推行）</p> <p>工作坊導師：每個活動攤位將由持相關技能證書，以及一年或以上帶領相關活動經驗的導師負責。</p>	
1/2019-6/2019	<p>活動名稱：家長講座（1次2小時）</p> <p>學習不同管教模式，加強正面管教思維，懂得理解子女的狀況，使用合適的管教方式，從而與子女建立良好關係，並提升他們對精神健康及回應子女精神健康需要的方法和知識。</p> <p>講員：持輔導碩士／社會工作碩士資歷</p>	家長約30-40人
1/2019-6/2019	<p>活動名稱：彩虹學生小組</p> <p>日期：1/2019-6/2019</p> <p>使用多種數據蒐集方法，如問卷、班主任觀察、社工意見等以辨識有需要的參加者</p> <p>具體內容及預期學習成果：</p> <p>學生小組主要由三部分形成（共8節活動及1次外出服務）：（一）從「自我認識」開始，對自己認識更深和有「我是誰」的概念（共二節）；（二）學習有關「人際關係」的課題，例如：與他人建立關係的技巧、處理負面情緒的方法、面對衝突的方法等，從而對自己的情緒認識更多和建立同理心，以至學會尋找解決面對衝突的方法（共二節），並建立求助文化。</p> <p>負責人：兼職計劃統籌員（活動統籌及推行）</p> <p>小組導師：註冊社會工作者並具備一年或以上工作經驗</p>	<p>小組招募8人；由學校老師及全方位社工邀請合適參加者（例：效能感、自信或社交能力低的學生）</p>
7/2019-8/2019	撰寫報告及檢討	

備註：本機構將採取安全措施確保計劃參與者的安全，以及遵守教育局〈戶外活動指引〉和其他相關的安全指引。

(b) 請說明教師及校長在計劃中的參與程度及其角色。

(i) 參與的教師人數及投入程度(時間、類別等):

全校約40位老師參與減壓工作坊，以及協助邀請需要的學生及家長參與小組。

(ii) 老師在計劃中的角色: (請別選適當空格，可別選一項或多項)

領袖 協作者

開發者 服務受眾

其他(請列明) _____

本機構將與協作學校共同訂定、策劃並推行計劃活動由本計劃聘用的人員將與學校保持溝通，與學校輔導團隊及／或學校社工及／或教育

心理學家推展計劃下的各項工作，以確保計劃能達到目標，並切合協作學校的需要，以及辦學信念和使命。如在計劃期間辨識到潛危學生（如需要個別輔導的學生），計劃人員將把該等學生轉介至校內輔導人員（如學校輔導團隊、學校社工或教育心理學家）作即時跟進。

(c) 請詳列計劃的預算和主要開支項目的理據。

申請撥款: 港幣 \$199,700 元

預算項目 *	開支詳情 (包括各項目的細項開支)		理據
	項目	款額 (\$)	
員工開支	一名兼職計劃統籌員 (8個月薪金連強積金) \$6,400 x 8個月 x 1.05(強積金)	\$53,760	大專學歷及具一年與兒童及青少年工相關的工作經驗，負責統籌及協調計劃的推行、預備活動物資及撰寫活動報告等工作。
服務	1. 教師培訓工作坊 - 訓練費用 (\$525 x 45人)	\$23,625	全校老師 約45人參與
	2. 彩虹日營 - 訓練費用 (\$525 x 100人)	\$52,500	3年級約100學生 參與
	3. 開心彩虹課 - 專業導師費: \$350 (1小時) x 64 課節	\$22,400	一至六年級學生 參與
	4. 家長講座 - 講員費:\$1200/小時x 2小時	\$2,400	約30-40位家長參 與
	5. 彩虹學生小組 - 導師費: 8節 x \$800 (1小時)	\$6,400	約8位學生參與
一般開支	1. 正向心理問卷調查 - 活動物資	\$1,200	
	2. 開心彩虹課 - 攤位費\$450x4個x16次	\$28,800	
	2. 家長講座 - 活動物資	\$1,500	
	3. 彩虹學生小組 - 活動物資: \$200 x 8節	\$1,600	
	4. 整體計劃 - 紀錄冊: \$10x108本	\$1,080	
	- 學生獎勵計劃相關物資及文具	\$1,435	
	審計費用	\$3,000	
申請撥款總額 (\$):		\$199,700	

* 請刪除不適用者

備註：在選擇服務供應商時，須遵照優質教育基金〈人事管理及採購指引〉進行

報價或投標，確保採購程序是以公開、公平及具競爭性的方式進行。

(III) 計劃的預期成果

- (i) 請說明評估計劃成效的方法。
(請別選適當空格，可別選一項或多項)

- 觀察：
教師及計劃社工會在活動中觀察學生的情況，如情緒、行為狀況。如個別學生有特別需要會跟進，教師及計劃社工會邀請學生加入小組，以便跟進情況。透過小組活動，從而觀察學生進入小組參加活動的轉變。
- 活動前和活動後的問卷調查：
學生方面：全體學生會計劃開首及結尾，會填寫問卷以了解整體的正向心理狀況；而參加小組的學生會於活動後填寫一份問卷，以評估學生參與活動的轉變。
家長方面：設問卷調查家長對講座內容、實用性及意識提升等意見。
教師方面：設問卷調查教師對培訓工作坊內容、實用性及意識提升等意見。
- 學生表現在評估中的轉變：
主要在開心彩虹課、小組活動中，對學生在活動的表現進行觀察。
- 其他(請列明) 為使計劃的成效得以加強和延續，本機構將在計劃完成後，向校方提交前測和後測的實證和數據，以便學校跟進

(IV) 遞交報告時間表

本機構承諾準時按以下日期遞交合規格的報告：

計劃管理		財政管理	
報告類別及涵蓋時間	報告到期日	報告類別及涵蓋時間	報告到期日
計劃進度報告 1/12/2018 – 31/5/2019	30/6/2019	中期財政報告 1/12/2018 – 31/5/2019	30/6/2019
計劃總結報告 1/12/2018 – 30/11/2019	20/2/2020	財政總結報告 1/6/2018 – 30/11/2019	28/2/2020